

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kesehatan dan Kebugaran jasmani merupakan dambaan setiap manusia yang hidup di dunia ini. Banyak cara yang dilakukan oleh manusia untuk senantiasa menjaga kebugarannya. Salah satu cara yang mudah dan murah tetapi dengan hasil yang signifikan adalah melakukan latihan olahraga. *Physical fitness* (kesegaran jasmani) yang memadai, merupakan keadaan yang sangat didambakan oleh setiap orang, baik anak-anak, remaja, atau orang tua. Dengan keadaan kesegaran jasmani yang cukup seseorang dimungkinkan akan dapat melakukan kegiatan sehari-hari tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti. Bagi para pelajar jika bugar, maka diharapkan dapat menyelesaikan tugas-tugas belajar yang baik. (Tri Subekti dan F.Suharjana 2004:129).

Dengan berolahraga yang teratur dan terukur diharapkan kebugaran dan kesehatan tubuh kita akan senantiasa terjaga akan mendukung kegiatan sehari-hari. Anak di usia sekolah dasar merupakan anak dalam usia pertumbuhan dan perkembangan yang sebagian besar waktunya digunakan untuk bermain dan bergerak. Dikatakan oleh Tri Subekti dan F. Suharjana (2004: 129), anak sekolah dasar merupakan anak dalam usia pertumbuhan dan perkembangan. Karena itu dalam usia ini anak memerlukan waktu untuk bergerak dan bermain, guna untuk menunjang dalam pertumbuhan dan perkembangan baik motorik maupun kondisi fisiknya. Pendidikan jasmani di sekolah yang salah satu tujuannya adalah untuk meningkatkan kebugaran

jasmani siswa, dirasa masih belum cukup. Karena pembelajaran Penjasorkes dilakukan satu minggu sekali kurang mampu merangsang perkembangan gerak maupun untuk meningkatkan kesegaran jasmani. Oleh sebab itu perlu dilakukan aktivitas jasmani di luar jam pelajaran yang diprogram dengan benar dengan mempertimbangkan bentuk, aturan serta waktu pelaksanaannya. Salah satu bentuk yang mudah dan menarik dan dapat diikuti oleh banyak orang adalah “ Senam Ria Indonesia Baru (Sribu)”.

Senam seperti Sribu, Ayo Bersatu, SKJ, senam Aerobik termasuk senam yang banyak diminati dewasa ini. Disebabkan gerakannya mudah diikuti dan diiringi dengan musik yang menyenangkan. Senam Ria Indonesia Baru (Sribu) dilaksanakan di SD Negeri Gelangn 7 setiap hari Jum’at pagi. Senam Ria Indonesia Baru (Sribu) merupakan senam yang menarik dan riang gerakannya. Gerakan-gerakan dalam Senam Ria Indonesia Baru (Sribu) telah dibuat sedemikian rupa oleh para ahli senam dan senam ini merupakan bagian dari senam umum, tetapi khusus untuk pelajar dan anak-anak usia 4-13 tahun.

Secara umum dapat dikatakan bahwa maraknya keikutsertaan dalam olahraga semacam ini dapat dilihat dari manfaat yang diperoleh anggota masyarakat setelah mengikuti olahraga senam itu sendiri. Beberapa manfaat yang dapat disebutkan misalnya, meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan anak, pembinaan tubuh yang sehat dan kuat, peningkatan prestasi, dan peningkatan kebugaran. Disisi lain guna melepaskan kelelahan setelah lama berkerja, bisa juga sebagai olahraga pengisi waktu luang.

Menurut Nellys. M (2011:1), Senam Ria Indonesia Baru (Sribu) sangat bermanfaat bagi usia anak yang sedang berkembang karena diciptakan sesuai dengan kebutuhan pertumbuhan anak usia 4 - 13 tahun, bersifat ringan dan ceria, karena diiringi dengan musik pengiring yang berkarakter dan lagu-lagu yang mendidik sehingga mudah dicerna dan riang gerakan, senam tersebut telah di sempurnakan oleh *ASIAFI* (Asosiasi Instruktur Aerobic dan Fitness Indonesia). Jadi Senam Ria Indonesia Baru (Sribu) adalah senam yang dilakukan secara kontinyu, ritmis, yang melibatkan seluruh bagian tubuh terutama otot-otot besar, sesuai kebutuhan pertumbuhan anak dan dikerjakan dengan gerakan yang ringan, ceria dengan iringan musik yang berkarakter dan lagu-lagunya mendidik.

Senam yang dilakukan di SD Negeri Gelangan 7 setiap hari Jum'at pagi adalah Senam Ria Indonesia Baru (Sribu). Senam yang dilakukan setiap satu minggu sekali adalah salah satu bentuk aktivitas yang dirancang oleh Nelly. M sebagai usaha untuk meningkatkan kesegaran dan kebugaran jasmani masyarakat pada umumnya dan pelajar pada khususnya. Aktivitas senam ini memang dirancang oleh pemerintah dengan tujuan untuk memberikan aktivitas tambahan berupa senam pagi, karena pembelajaran pendidikan jasmani di SD yang diberikan setiap seminggu sekali dalam waktu 2 jam untuk kelas bawah dan 3 jam untuk kelas atas kurang merangsang perkembangan gerak, maupun untuk meningkatkan kebugaran jasmani.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh pengamatan peneliti sendiri tentang kegiatan Senam Ria Indonesia Baru (Sribu) di SD Negeri Gelangan 7.

Senam tersebut dilaksanakan setiap hari Jum'at pagi pada pukul 07.00-08.00 WIB setiap seminggu sekali di halaman SD Negeri Gelangan 7 yang diikuti oleh semua siswa SD Negeri Gelangan 7. Akan tetapi dalam penelitian ini peneliti hanya mengkhususkan pada siswa kelas IV dan V saja, dengan pertimbangan saat pengambilan data dengan angket siswa kelas IV dan V lebih paham dalam menjawab pernyataan dalam angket.

Berdasarkan pengamatan peneliti siswa kelas IV dan V yang seharusnya bisa memberi teladan untuk berbaris seringkali memberikan contoh yang kurang baik bagi adik-adik kelasnya. Seperti bercanda sendiri pada saat Senam Ria Indonesia Baru (Sribu) sudah dilaksanakan dan tidak memperhatikan guru dan kurang fokus saat melaksanakan senam. Atas dasar itulah peneliti membatasi responden hanya untuk siswa kelas atas yaitu kelas IV dan V di SD Negeri Gelangan 7. Untuk mengetahui motivasi siswa kelas IV dan V dalam mengikuti Senam Ria Indonesia Baru (Sribu).

Aspek motivasi merupakan salah satu faktor penentu yang cukup penting pendorong terwujudnya tingkah laku manusia untuk suatu kegiatan. Dengan adanya motivasi, seseorang dapat memacu dirinya sendiri untuk lebih berprestasi untuk mencapai hasil yang maksimal dan memberikan hasil yang lebih positif terhadap prestasi olahraga secara umum dan cabang olahraga senam pada khususnya.

Berdasarkan pengamatan penulis selama mengamati Senam Ria Indonesia Baru (Sribu) di SD Negeri Gelangan 7, masih banyak siswa yang kurang bersemangat, kurang antusias dan kurang adanya kesungguhan dalam

mengikuti senam. Hal ini terlihat pada saat ada instruksi dari guru Penjaskes untuk segera berkumpul mengikuti Senam Ria Indonesia Baru (Sribu), siswa relatif sulit untuk dikondisikan atau dibariskan. Pada saat senam dilaksanakan siswa kurang bersungguh-sungguh, banyak yang bercanda dan gerakannya semaunya sendiri. Guru penjas banyak menemui kesulitan pada saat mengkondisikan siswa yang mengikuti Senam Ria Indonesia Baru (Sribu) yaitu jumlah anak yang relatif banyak sehingga agak sulit dikondisikan.

Adanya kesenjangan seperti itulah yang melatar belakangi penulis untuk melakukan penelitian tentang motivasi siswa kelas IV dan V SD Negeri Gelangan 7 dalam mengikuti Senam Ria Indonesia Baru (Sribu). Sehingga diharapkan setelah diadakan penelitian ini dapat diketahui seberapa besar motivasi siswa kelas IV dan V dalam mengikuti Senam Ria Indonesia Baru (Sribu). Alasan mengapa penulis mengambil responden siswa kelas IV dan V adalah, dikarenakan siswa kelas IV dan V adalah siswa yang mengikuti Senam Ria Indonesia Baru (Sribu). Selain itu mereka dianggap mampu untuk menjawab pertanyaan dalam angket yang membutuhkan logika dan kemampuan menganalisis jawaban. Mengapa kelas VI tidak diikutsertakan dalam penelitian ini karena siswa kelas VI sudah lulus dari SD Negeri Gelangan 7.

B. Identifikasi masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas dapat diidentifikasi masalah yang akan diteliti adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana perilaku siswa kelas IV dan V selaku siswa yang lebih senior di SD Negeri Gelangan 7 saat melaksanakan Senam Ria Indonesia Baru (Sribu).
2. Kurangnya semangat, antusias dan kurang adanya kesungguhan dalam mengikuti Senam Ria Indonesia Baru (Sribu).
3. Belum diketahuinya seberapa tinggi motivasi siswa kelas IV dan V SD Negeri Gelangan 7, Kecamatan Magelang Tengah, Kota Magelang Tahun Pelajaran 2011/2012 dalam mengikuti Senam Ria Indonesia Baru (Sribu).

C. Batasan Masalah

Dari identifikasi masalah di atas agar ruang lingkup permasalahan tidak meluas maka perlu diadakan pembatasan masalah. Mengingat keterbatasan waktu, tenaga, biaya yang ada pada penelitian sehingga masalah ini dibatasi pada: "Motivasi Siswa Kelas IV dan V Tahun Pelajaran 2011/2012 dalam mengikuti Senam Ria indonesia Baru (Sribu) di SD Negeri Gelangan 7, Kecamatan Magelang Tengah, Kota Magelang".

D. Rumusan Masalah

Untuk memberikan arahan yang jelas dalam penelitian ini, maka dirumuskan masalahnya yaitu : " Seberapa besar motivasi siswa kelas IV dan V Tahun Pelajaran 2011/2012 dalam mengikuti Senam Ria indonesia Baru (Sribu) di SD Negeri Gelangan 7, Kecamatan Magelang Tengah, Kota Magelang".

E. Tujuan Penelitian

Sehubungan dengan rumusan masalah yang telah penulis kemukakan tersebut di atas tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar motivasi siswa kelas IV dan V Tahun Pelajaran 2011/2012 dalam mengikuti Senam Ria Indonesia Baru (Sribu) di SD Negeri Gelangan 7, Kecamatan Magelang Tengah, Kota Magelang.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian yang diperoleh dalam penelitian diharapkan memberikan manfaat, yaitu :

1. Secara Teoritis
 - a. Bagi Sekolah penelitian ini bermanfaat sebagai tolok ukur tentang seberapa besar motivasi siswa kelas IV dan V dalam mengikuti Senam Ria Indonesia Baru (Sribu).
 - b. Bagi guru Pendidikan Jasmani, temuan dalam penelitian ini sebagai bahan acuan untuk mengembangkan, meningkatkan serta memotivasi siswa kelas IV dan V di SD Negeri Gelangan 7 dalam mengikuti Senam Ria Indonesia Baru (Sribu).
 - c. Sebagai masukan bagi siswa agar lebih bersemangat dalam mengikuti senam Ria Indonesia Baru (Sribu) dan sebagai tolok ukur motivasi siswa kelas IV dan V dalam mengikuti Senam Ria Indonesia Baru (Sribu).

2. Secara Praktis

- a. Meningkatkan kesegaran dan kebugaran jasmani siswa kelas IV dan V SD Negeri Gelangan 7.
- b. Agar siswa kelas IV dan V lebih meningkatkan kemampuan dan motivasi mereka dalam mengikuti Senam Ria Indonesia Baru (Sribu).
- c. Agar siswa kelas IV dan V dalam mengikuti Senam Ria Indonesia Baru (Sribu) lebih tertib dan bersemangat.
- d. Bagi guru dapat memperoleh pemecahan permasalahan dalam meningkatkan motivasi siswa saat mengikuti Senam Ria Indonesia Baru (Sribu).